



## Stort grattis till en plats i U21 Elit teamet!

Vi har tagit ut ett relativt stort team vilket går i linje med syftet att stimulera till ett större och starkare seniorfält i åldern 19–21 år samt till goda utvecklingsmiljöer ute i klubbarna och på Elitcentret i Jönköping. Satsningen är främst en tränings- och utbildningsatsning där ni erbjuds goda lägermöjligheter samt möjlighet att komma och träna på Elitcent.

### Mål

- Att skapa en positiv träningsgrupp med en stark gemenskap och vilja att utvecklas tillsammans.
- Fler U21:or som tränar på elitnivå och satsar för att nå internationell seniorelit.
- Ökad kunskap och kompetens hos de aktiva inom träning, teknik och besättning.
- Att involvera de personliga tränarna samt ökad tränarsamverkan/nätverkande mellan klubbarna
- Att delta på Copenhagen Spring Regatta med 2 st K4:or och 4–5 st K2:or både på dam- och herrsidan.
- Ska en stark trupp mot NM

### Ansvarig ledare

Susanne Gunnarsson, [susanne\\_gunnarsson@hotmail.com](mailto:susanne_gunnarsson@hotmail.com)

### Kick off 7-9 okt i Jönköping

Första lägret sker i Jönköping med samling kl 18:00 på fredagen och avslut ca 16:30 på söndagen. Ni behöver inte ha K1:or med er. Mer information kommer i början av nästa vecka.

### U21 Elits upplägg

Datum	Tid	Aktivitet	Plats
7–9 okt	fre 18.00–sön 16.30	Kick off – Grupp- & besättningsfokus	Jönköping
20 okt	kl 20	Sömnföreläsning, Christine Ekdahl Clementson	<a href="#">Digitalt, klicka här</a>
28 okt–1 nov	fre 20.00–tis 18.00	Mullsjölägret – Teknik- & besättningsfokus	Mullsjö
v. 47–48		Paddelläger Mallorca / alt Europa	Alcudia, Mallorca / Europa
Okt–dec		Välkomna att träna på Elitcentret i perioder	
19 jan	20.00–21.00	Föreläsning Dennis Kernen	<a href="#">Digitalt, Klicka här</a>
v. 03–05		Klubb- och fysmästerskapen	Hemmaplan
v. 10–11		Paddelläger på Mallorca	Alcudia, Mallorca



SVENSKA KANOTFÖRBUNDET

SWEDISH CANOE FEDERATION

April		Tävling Copenhagen Spring regatta (CSR)	Bagsvaerd, Danmark
18-21 maj	tor 12.00-sön 15.00	Besättningsfokus	Jönköping
Jan-sep		Välkomna att träna på Elitcentret i perioder	

**Uttagna U21 Elit**

U21 Elit	Kategori	Tränarstöd
Julia Norefjord	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Signe Claesson	Sprint	Landslagstränare på läger
Signe Carlsson	Sprint	Landslagstränare på läger
Elin Höglund	Sprint/maraton	Landslagstränare på läger
Agnes Thor	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Sofia Rosdahl	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Ella Richter	Sprint/maraton	Landslagstränare på läger
Agnes Klahr	Sprint	Elitcenterverksamhet/Landslagstränare på läger
Tilde Enger	Sprint	Landslagstränare på läger
Klara Råsten Lilja	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Elin Nyman	Sprint	Landslagstränare på läger
Johan Myrberg	Sprint/maraton	KG/Landslagstränare på läger
Philip Josefsson Sammeli	Sprint/maraton	KG/Landslagstränare på läger
Gustav Fohsltedt	Sprint	Landslagstränare på läger
Daniel Johansson	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Kacper Pettersson	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Victor Skagerö	Sprint	Sanda/Landslagstränare på läger
Oskar Norstroem	Sprint	Landslagstränare på läger
Ludvig Nordberg	Sprint/maraton	Landslagstränare på läger
Hugo Lagerstam	Sprint	KG/Landslagstränare på läger
Axel Haglund	Sprint	KG/Landslagstränare på läger